

Étlap (felnőttek 19-60)

2019.12.16 - 2019.12.22.

<i>Hétfő</i> 2019.12.16	<i>Kedd</i> 2019.12.17.	<i>Szerda</i> 2019.12.18.	<i>Csütörtök</i> 2019.12.19.	<i>Péntek</i> 2019.12.20.
Tízórai				
Ebéd				
Paradicsom leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Rakott bulguros karfiol (Móra) (07,01,03,09,10.) Mandarin (Móra)	Tarhonyaleves (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Cyümölcs mártás (Móra) (07,01.) Párolt sertés szelet (Móra) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01.)	Zöldségleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Sütőtökös csirke (Móra) (07,01,03,09,10,06.) Tészta köret (Móra) (01,03.)	Karfiolleves tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10.) Rántott pulykamell (Móra) (03,01,07.) Burgonyapüré (Móra) (12,07.) Savanyúkáposzta (Móra)	Frankfurti leves (Móra) (07,12,01,03,09,10,06.) Tejberizs kakaó,fahéj szórattal (Móra) (07.) Narancs (Móra)
E:3 554(Kj) 850(KCal) F: 30(g)Kol: 40(g)Sz:113(g) Zsir: 29(g)Cuk: 28(g)Só:3,57(g)	E:3 203(Kj) 766(KCal) F: 32(g)Kol: 67(g)Sz:113(g) Zsir: 19(g)Cuk: 31(g)Só:3,98(g)	E:3 491(Kj) 835(KCal) F: 48(g)Kol: 83(g)Sz: 90(g) Zsir: 29(g)Cuk: 2(g)Só:4,51(g)	E:3 081(Kj) 737(KCal) F: 34(g)Kol:112(g)Sz: 80(g) Zsir: 29(g)Cuk: 0(g)Só:4,07(g)	E:3 108(Kj) 743(KCal) F: 28(g)Kol: 80(g)Sz:104(g) Zsir: 21(g)Cuk: 17(g)Só:1,63(g)
Uzsonna				